

Auf dem Weg zu sich selbst

Mit Meditation die Spuren Gottes in meinem Leben und Alltag entdecken.

Exerzitien im Advent: Ein wiederentdeckter Übungsweg zur Selbstfindung in der Tradition des Christentums

Kennen Sie das Gefühl, dass Ihnen die Zeit zwischen den Händen zerrinnt und dabei Wesentliches immer wieder zu kurz kommt? Fragen sie sich hin und wieder: Wie finde ich die mir gegebene einzigartige Weise zu leben und lieben?

Das Angebot lädt ein: anzuhalten, sich aus der Hektik des Alltags auszuklinken und mit Fragen und der Sehnsucht einfach vor Gott zu sein.

Das Thema ermutigt: sich im Advent auf den Weg zu machen, die Spuren Gottes in Leben und Alltag aufzuspüren und Ruhe und Kraft zu finden.

**Jeweils von 19.30 bis 21.30 Uhr
In der alten Mühle, Wangen a.A.**



Exerzitionen helfen

- uns in eine regelmässige Stille einzuüben
- uns neu auszurichten
- den Blick fürs Wesentliche zu schärfen

- Gottes Gegenwart in unserem Leben wahrzunehmen
- die Beziehung zu Gott vertiefter zu gestalten
- aus der Mitte, der Lebensfülle Raum zu geben
- dass sich unser Leben und Glauben verbindet

Sich auf diese Spurensuche einlassen bedeutet:

- **täglich** sich während 5 Wochen Zeit zu nehmen für die Stille mit Hilfe der angebotenen Anregungen (etwa 30 Minuten)

- **wöchentlich** sich als Gruppe zu treffen, um gemeinsam das Stillwerden und verschiedene Gebetsweisen einzuüben
- sich durch Austausch in Kleingruppen (so viel oder wenig wie jede/r kann und will) als Weggemeinschaft zu erfahren
- Anregungen für die tägliche Meditationszeit zu erhalten

im **Einzelgespräch** während der Kurszeit

- persönlichen Erfahrungen nachzuspüren
- auftretende Fragen zu klären

Die Abende bauen inhaltlich aufeinander auf. Aus diesem Grund und aus Rücksicht auf all diejenigen, die sich für diese begrenzte Zeit auf ein Miteinander einlassen, wird die Bereitschaft zur Teilnahme an allen Abenden vorausgesetzt.

Informationsabend und Anmeldung

Zum Informationsabend am 7. November 2022 um 19:30 Uhr in der Alten Mühle sind eingeladen:

- Neugierige und Skeptische
- Zögernde und Interessierte
- Überzeugte und Entschlossene

Die Anmeldung zum Kurs erfolgt am oder nach dem Informationsabend.

7. November (Informationsabend)

14. November / 21. November / 28. November /
05. Dezember / 12. Dezember / 19. Dezember

Kursleitung

Roland Diethelm, Pfarrer und Exerzitienleiter, und
Ruth Egli-Leuenberger, Exerzitienleiterin

Kosten

CHF 70.-, Ermässigung auf Anfrage

Auskunft und Kontakt

Roland Diethelm 032 631 18 51 oder
roland.diethelm@kirchewangen.ch

Manchmal
muss ich mich suchen gehen,
damit ich nicht ersticke
im Berg der Arbeit.

Manchmal
muss ich mich suchen gehen,
damit ich mich nicht verliere
im Irrgarten der Gedanken.

Manchmal
muss ich mich suchen gehen,
damit ich wieder glauben kann
in den Zweifeln meiner Nächte.

Manchmal
muss ich mich suchen gehen,
damit ich mich wieder öffne
für die Welt,
für die anderen,
für Gott.

Manchmal
muss ich mich suchen gehen, damit ich wieder ich
selber bin
und nicht nur ein Schatten.

Hanni Neubauer